Министерство сельского хозяйства Российской Федерации
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
"Вятский государственный агротехнологический университет"

УТВЕРЖДАЮ
Декан агрономического факультета
_____ А.В. Тюлькин
"15" апреля 2022 г.

Физическая подготовка для лиц с ограниченными возможностями здоровья

рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **физического воспитания**
Учебный план Направление подготовки 19.03.01 Биотехнология
Направленность (профиль) программы бакалавриата "Пищевая биотехнология"

Квалификация **бакалавр**

Форма обучения **очная**

Общая трудоемкость **0 ЗЕТ**

Часов по учебному плану 328
в том числе:
аудиторные занятия 324
самостоятельная работа 4

Виды контроля в семестрах:
зачеты 1, 2, 3, 4, 5, 6

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	**1 (1.1)**		**2 (1.2)**		**3 (2.1)**		**4 (2.2)**		**5 (3.1)**		**6 (3.2)**		Итого	
Недель	17		17		17		18		18		17			
Вид занятий	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП
Практические	54	54	54	54	54	54	54	54	54	54	54	54	324	324
В том числе инт.	54	54	54	54	54	54	54	54	54	54	54	54	324	324
Итого ауд.	54	54	54	54	54	54	54	54	54	54	54	54	324	324
Контактная работа	54	54	54	54	54	54	54	54	54	54	54	54	324	324
Сам. работа											4	4	4	4
Итого	54	54	54	54	54	54	54	54	54	54	58	58	328	328

Киров 2022

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Сертификат: 26ADAA3CADCD154164284BE8B6E56076
Владелец: Симбирских Елена Сергеевна
Действителен: с 06.07.2022 до 29.09.2023

Программу составил(и):
Старший преподаватель кафедры физического воспитания, Краева Екатерина Владимировна
_____

Рецензент(ы):
Преподаватель кафедры физического воспитания, Безрукова Мария Николаевна
_____

Рабочая программа дисциплины

Физическая подготовка для лиц с ограниченными возможностями здоровья
разработана в соответствии с ФГОС:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 19.03.01 Биотехнология (приказ Минобрнауки России от 10.08.2021 г. № 736)

составлена на основании Учебного плана:

Направление подготовки 19.03.01 Биотехнология
Направленность (профиль) программы бакалавриата "Пищевая биотехнология"
одобренного и утвержденного Ученым советом университета от 15.04.2022 протокол № 5.

Рабочая программа дисциплины рассмотрена и одобрена учебно-методической комиссией

Протокол № ____ от "15"апреля 2022 г.

Рабочая программа дисциплины рассмотрена и одобрена на заседании кафедры

физического воспитания

Протокол № ____ от "15"апреля 2022 г.

Зав. кафедрой _____к.т.н., доцент Новиков К.В.

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2023-2024 учебном году на заседании кафедры **физического воспитания**

Протокол от "__" _____ 2023 г. № __

Зав. кафедрой _____

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2024-2025 учебном году на заседании кафедры **физического воспитания**

Протокол от "__" _____ 2024 г. № __

Зав. кафедрой _____

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2025-2026 учебном году на заседании кафедры **физического воспитания**

Протокол от "__" _____ 2025г. № __

Зав. кафедрой _____

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2026-2027 учебном году на заседании кафедры **физического воспитания**

Протокол от "__" _____ 2026 г. № __

Зав. кафедрой _____

1. ЦЕЛЬ (ЦЕЛИ) ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	
1.1	формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки, профессионально-прикладной и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности, с учетом особенностей лиц с ограниченными возможностями здоровья.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП	
Цикл (раздел) ОПОП:	Б1.О.ДВ.01
2.1	**Требования к предварительной подготовке обучающегося:**
2.1.1	Дисциплины, изученные на предыдущем уровне
2.2	**Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:**
2.2.1	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы
2.2.2	Ознакомительная практика
2.2.3	Технологическая практика
2.2.4	Безопасность жизнедеятельности
2.2.5	Научно-исследовательская работа
2.2.6	Преддипломная практика

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
УК-7.1	Знает виды физических упражнений; научно-практические основы физической культуры и здорового образа и стиля жизни
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
УК-7.2	Умеет применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности; использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
УК-7.3	Владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции (индикаторы)	Литература	Инте ракт.	Примечание
	Раздел 1. Практический						
1.1	Подвижные и настольные игры с учетом особенностей лиц с ограниченными возможностями здоровья /Пр/	1	10	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.3 Л2.2 Л2.1Л3.3 Л3.2 Л3.1 Э1 Э2	10	
1.2	Подвижные адаптивные занятия на основе принципов здоровьесбережения /Пр/	1	18	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.3 Л2.2 Л2.1Л3.3 Л3.2 Л3.1 Э1 Э2	18	
1.3	Шашки, шахматы /Пр/	1	16	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.3 Л2.2 Л2.1Л3.3 Л3.2 Л3.1 Э1 Э2	16	

1.4	Подготовка к зачету /Пр/	1	10	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.3 Л2.2 Л2.1Л3.3 Л3.2 Л3.1 Э1 Э2	10	
1.5	Подвижные и настольные игры с учетом особенностей лиц с ограниченными возможностями здоровья /Пр/	2	14	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.3 Л2.2 Л2.1Л3.3 Л3.2 Л3.1 Э1 Э2	14	
1.6	Подвижные адаптивные занятия на основе принципов здоровьесбережения /Пр/	2	16	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.3 Л2.2 Л2.1Л3.3 Л3.2 Л3.1 Э1 Э2	16	
1.7	Шашки, шахматы /Пр/	2	14	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.3 Л2.2 Л2.1Л3.3 Л3.2 Л3.1 Э1 Э2	14	
1.8	Подготовка к зачету /Пр/	2	10	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.3 Л2.2 Л2.1Л3.3 Л3.2 Л3.1 Э1 Э2	10	
1.9	Подвижные и настольные игры с учетом особенностей лиц с ограниченными возможностями здоровья /Пр/	3	12	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.3 Л2.2 Л2.1Л3.3 Л3.2 Л3.1 Э1 Э2	12	
1.10	Подвижные адаптивные занятия на основе принципов здоровьесбережения /Пр/	3	16	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.3 Л2.2 Л2.1Л3.3 Л3.2 Л3.1 Э1 Э2	16	
1.11	Шашки, шахматы /Пр/	3	16	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.3 Л2.2 Л2.1Л3.3 Л3.2 Л3.1 Э1 Э2	16	
1.12	Подготовка к зачету /Пр/	3	10	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.3 Л2.2 Л2.1Л3.3 Л3.2 Л3.1 Э1 Э2	10	
1.13	Подвижные и настольные игры с учетом особенностей лиц с ограниченными возможностями здоровья /Пр/	4	14	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.3 Л2.2 Л2.1Л3.3 Л3.2 Л3.1 Э1 Э2	14	
1.14	Подвижные адаптивные занятия на основе принципов здоровьесбережения /Пр/	4	14	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.3 Л2.2 Л2.1Л3.3 Л3.2 Л3.1 Э1 Э2	14	

1.15	Шашки, шахматы /Пр/	4	16	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.3 Л2.2 Л2.1Л3.3 Л3.2 Л3.1 Э1 Э2	16	
1.16	Подготовка к зачету /Пр/	4	10	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.3 Л2.2 Л2.1Л3.3 Л3.2 Л3.1 Э1 Э2	10	
1.17	Подвижные и настольные игры с учетом особенностей лиц с ограниченными возможностями здоровья /Пр/	5	16	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.3 Л2.2 Л2.1Л3.3 Л3.2 Л3.1 Э1 Э2	16	
1.18	Подвижные адаптивные занятия на основе принципов здоровьесбережения /Пр/	5	14	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.3 Л2.2 Л2.1Л3.3 Л3.2 Л3.1 Э1 Э2	14	
1.19	Шашки, шахматы /Пр/	5	14	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.3 Л2.2 Л2.1Л3.3 Л3.2 Л3.1 Э1 Э2	14	
1.20	Подготовка к зачету /Пр/	5	10	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.3 Л2.2 Л2.1Л3.3 Л3.2 Л3.1 Э1 Э2	10	
1.21	Подвижные и настольные игры с учетом особенностей лиц с ограниченными возможностями здоровья /Пр/	6	20	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.3 Л2.2 Л2.1Л3.3 Л3.2 Л3.1 Э1 Э2	20	
1.22	Подвижные адаптивные занятия на основе принципов здоровьесбережения /Пр/	6	16	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.3 Л2.2 Л2.1Л3.3 Л3.2 Л3.1 Э1 Э2	16	
1.23	Шашки, шахматы /Пр/	6	10	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.3 Л2.2 Л2.1Л3.3 Л3.2 Л3.1 Э1 Э2	10	
1.24	Подготовка к зачету /Пр/	6	8	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.3 Л2.2 Л2.1Л3.3 Л3.2 Л3.1 Э1 Э2	8	
1.25	Самостоятельная работа /Ср/	6	4	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	Л1.1 Л1.2Л2.3 Л2.2 Л2.1Л3.3 Л3.2 Л3.1 Э1 Э2	0	

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Рабочая программа дисциплины обеспечена фондом оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации. Содержание фонда оценочных средств представлено в Приложении 1 и 2.

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство,
Л1.1	Письменский И.А., Аллянов Ю.Н.	Физическая культура [Электронный ресурс] : учебник для вузов Режим доступа: https://urait.ru/bcode/469114	Москва : Издательство Юрайт, 2021
Л1.2	Ловягина А.Е.	Психология физической культуры и спорта [Электронный ресурс] : учебник и практикум для академического бакалавриата Режим доступа: https://urait.ru/bcode/450632	Юрайт, 2020

6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство,
Л2.1	Виленский М.Я., Горшков А.Г.	Физическая культура и здоровый образ жизни студента [Электронный ресурс]: Учебное пособие Режим доступа: https://book.ru/book/930222	М.: КноРус, 2019
Л2.2	Бишаева А.А.	Профессионально-оздоровительная физическая культура студента [Электронный ресурс]: Учебное пособие Режим доступа: https://book.ru/book/931237	М.: КноРус, 2019
Л2.3	Капилевич Л.В.	Физиология человека. Спорт. [Электронный ресурс]: Учебное пособие для прикладного бакалавриата Режим доступа: https://urait.ru/bcode/429445	Юрайт, 2019

6.1.3. Методические разработки

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство,
Л3.1	А.А. Бусыгина	Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту: физическая подготовка для лиц с ограниченными возможностями здоровья [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие для самостоятельной работы обучающихся Режим доступа: http://46.183.163.35/MarcWeb2/Default.asp	Вятская ГСХА, 2019
Л3.2	А.В. Пономарев, А.А. Бусыгина, Е.В. Краева	Подвижные игры на учебных занятиях в вузе [Электронный ресурс]: метод. рекомендации Режим доступа: http://46.183.163.35/MarcWeb2/Found.asp	Вятская ГСХА, 2019
Л3.3	А.В. Пономарев, О.О. Малышева, А.А. Бусыгина	Методические указания по подготовке к зачету для студентов специальной медицинской группы и освобождённых от практических занятий [Электронный ресурс]: Учебное пособие Режим доступа: http://46.183.163.35/MarcWeb2/Found.asp	Вятская ГСХА, 2016

6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"

Э1	Физическая культура [Электронный ресурс]: [Виртуальная обучающая среда] - Электрон.дан. и прогр.- режим доступа: https://openedu.ru/course/spbstu/PHYSCUL/.-Загл. с экрана
Э2	Научная электронная библиотека [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://elibrary.ru/defaultx.asp - Загл. с экрана

6.3. Перечень информационных технологий

6.3.1 Перечень программного обеспечения

6.3.1.1	Операционная система семейства Windows (Windows Vista Business AO NL, MS Win Prof 7 AO NL, Win Prof 7 AOL NL, Win Home Bas 7 AOL NL LGG, Win Starter 7 AO NL LGG, Win SL 8 AOL NL LGG, Win Prof 8 AOL NL, Win Home 10 All Languages Online Product Key License)
6.3.1.2	Приложения Office (MS Office Prof Plus 2007 AO NL, MS Office Prof Plus 2010 AO NL, MS Office 2013 OL NL, MS OfficeStd 2016 RUS OLP NL Acdmc)
6.3.1.3	Антивирусное ПО Kaspersky Endpoint Security
6.3.1.4	Free Commander 2009/02b
6.3.1.5	Google Chrome 39/0/21/71/65
6.3.1.6	Opera 26/0/1656/24
6.3.1.7	Adobe Reader XI 11/0/09
6.3.1.8	IBM SPSS Statistics

6.3.2 Перечень информационных справочных систем и современных профессиональных баз данных	
6.3.2.1	Информационная справочная система: КонсультантПлюс
6.3.2.2	Информационная справочная система: Гарант Аэро
6.3.2.3	Профессиональная база данных: Научная электронная библиотека elibrary.ru Режим доступа: http://elibrary.ru/defaultx.asp
6.3.2.4	Профессиональная база данных: Электронный каталог ФГБОУ ВО Вятский ГАТУ Режим доступа http://46.183.163.35/MarcWeb

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

7.1	Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю) представлено в Приложении 3 РПД.

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Освоение дисциплины проводится в форме практических и теоретических занятий.

Цель практических занятий заключается в развитии у обучающихся навыков, знаний и умений по физической культуре.

При проведении практических занятий предусмотрено применение следующих инновационных форм учебных занятий, развивающих у обучающихся навыки командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений, лидерские качества: творческие задания; работа в малых группах; изучение и закрепление нового материала; разбор конкретных ситуаций.

В ходе подготовки к практическому занятию обучающимся необходимо иметь спортивную форму.

В практическом разделе систематизирован материал для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья. Спортивно-ориентированная программа состоит из проблемно-тематических модулей по видам спорта. Практический раздел программы реализуется на практических занятиях в учебных группах. Этот раздел предусматривает как обучение занимающихся новым двигательным действиям, так и воспитанию физических качеств с учетом особенностей лиц с ограниченными возможностями здоровья.

Контроль по дисциплине осуществляется в виде промежуточной аттестации.

1. Выполнение практического раздела рабочей программы с учетом особенностей лиц с ограниченными возможностями здоровья.

2. Зачетная работа (тест) с учетом индивидуальных психофизических возможностей (устно или письменно). Критерием успешности освоения учебного материала является экспертная оценка преподавателя, учитывающая регулярность посещения обязательных учебных занятий и выполнения зачетной заботы.

Приложение 1

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)

Физическая подготовка для лиц с ограниченными возможностями здоровья

Направление подготовки специальности 19.03.01 Биотехнология
Направленность (профиль) программы «Пищевая биотехнология»
Квалификация бакалавр

1. Описание назначения фонда оценочных средств

Настоящий фонд оценочных средств (ФОС) входит в состав рабочей программы дисциплины/модуля «**Физическая подготовка для лиц с ограниченными возможностями здоровья**» и предназначен для оценки планируемых результатов обучения, характеризующих этапы формирования компетенций (п.2) в процессе изучения данной дисциплины.

ФОС включает в себя оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации в форме зачета.

ФОС разработан на основании:

- Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 19.03.01 Биотехнология (приказ Минобрнауки России от 10.08.2021 №736) – основной профессиональной образовательной программы высшего образования по направлению подготовки 19.03.01 Биотехнология программы бакалавриата «Пищевая биотехнология»;
- Положения «О формировании фонда оценочных средств для промежуточной и итоговой аттестации обучающихся по образовательным программам высшего образования»

2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Универсальные компетенции

- Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (УК-7).

Код формируемой компетенции	Этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы		
	Начальный	**Основной**	**Заключительный**
УК-7	Физическая культура и спорт	Спортивные и подвижные игры Общая физическая подготовка Физическая подготовка для лиц с ограниченными возможностями здоровья	Преддипломная практика Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы

3. Планируемые результаты освоения образовательной программы по дисциплине, выраженные через компетенции и индикаторы их достижений, описание шкал оценивания

УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для

обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	
Индикаторы	Формулировка индикатора
УК-7.1	Знает виды физических упражнений; научно-практические основы физической культуры и здорового образа и стиля жизни
УК-7.2	Умеет применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности; использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни
УК-7.3	Владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования

Для оценки сформированности соответствующих компетенций по дисциплине при проведении итоговой аттестации в форме зачета применяется следующая шкала оценивания:

Шкала оценивания:

№	Критерий оценивания	Шкала оценивания	
		не зачтено	зачтено
		описание показателя	
1	Уровень усвоения обучающимся теоретическихзнаний и умение использовать их для решения профессиональных задач	Низкий уровень усвоения материала. Продемонстрировано незнание значительной части программного материала	Твердое знание материала
2	Правильность решения практического задания	Обучающийся неуверенно, с большими затруднениями выполняет практические работы	Обучающийся правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения
3	Логичность, обоснованность,чёткость ответа на вопросы	Существенные ошибки, нет ответов на дополнительные уточняющие вопросы	Грамотное и по существу изложение теоретическогоматериала без существенных неточностей при ответе на вопрос
4	Работа в течении семестра, наличие задолженности по текущему контролю успеваемости	Имеются многочисленные пропуски занятий, задолженностьпо текущему контролю знаний	Активная, задолженность отсутствует

4. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта

деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.

Тестовые задания по дисциплине
«Физическая подготовка для лиц с ограниченными возможностями здоровья»

1. Как в Древней Греции называли победителей Олимпийских игр?
   a) спартанцы
   b) победители олимпиады
   c) олимпионики
2. Физическая рекреация – это?
   a) Двигательный активный отдых, туризм
   b) Средство лечения и восстановление функций после травм или заболеваний
   c) Утренняя гимнастика
   d) Дозированный бег
3. В какое отделение зачисляются студенты, имеющие отклонения в состоянии здоровья?
   a) Основное
   b) Спортивное
   c) Медицинское
   d) Специальное
4. Оптимальная двигательная активность в день?
   a) 1,5 часа
   b) 0,5 часа
   c) 3 часа
   d) Более 3 часов.
5. Какой фактор играет решающую роль при заболеваниях сердца и сосудов?
   a) Экология
   b) Образ жизни
   c) Наследственность
   d) Здравоохранение
6. Какие методы используются для уменьшения воздействия стресса?
   a) Аутогенная тренировка
   b) Дыхательная гимнастика
   c) Регулярная умеренная физическая нагрузка
   d) Совокупность всех перечисленных методов
7. Одним из основных понятий биологических основ физической культуры является гомеостаз. Гомеостаз – это?

a) Постоянство внутренней среды организма

b) Приспособление организма к среде обитания

c) Функциональная единица организма

d) Обмен веществ в организме

8. Как занятия влияют на умственную работоспособность физические упражнениями?

a) Отрицательно

b) Положительно

c) Безразлично

d) У всех по разному

9. Как называются отрицательные изменения в организме из-за недостатка движения в организм?

a) Гипокинезия

b) Гиподинамия

c) Гипотония

d) Гипоклепсия

10. Факторы риска естественной природной среды?

a) солнечная активность

b) изменение микроклимата

c) возрастание напряженности электромагнитного поля Земли

d) нарушение температурного режима

11. Какими признаками характеризуется резко выраженная степень переутомления?

a) заметно выраженное снижение дееспособности, временами неустойчивость настроения, постоянные трудности с засыпанием (просыпанием), частое ощущение тяжести в голове

b) мало выраженное снижение дееспособности, временное снижение интереса к работе, труднее засыпать и про-сыпаться, временами ощущение тяжести в голове

c) угнетение, резкая раздражительность, резко выраженное снижение дееспособности, бессонница, частые головные боли, потеря аппетита

12. Укажите объективные факторы перенапряжения психофизического состояния

a) возраст, пол

b) состояние здоровья

c) мотивация учения

d) величина учебной нагрузки

e) нервно-психическая устойчивость

13. Укажите субъективные факторы перенапряжения психофизического состояния

a) способность адаптироваться к новым условиям

b) продолжительность отдыха

c) состояние здоровья

d) личностные качества

e) психофизические возможности

14. Как называются физические упражнения, используемые для исправления различных деформаций опорно-двигательного аппарата?

a) подводящими

b) корригирующими

c) имитационными

d) общеразвивающими

15. Каковы задачи мышечной релаксации?

a) Увеличение длины мышечных волокон

b) Выведение продуктов распада из работавших мышц

c) Увеличение толщины мышечных волокон

d) Снятие напряжения

5. Методические материалы, определяющие процедуры, характеризующих этапы формирования компетенций.

Процедура оценивания сформированности индикаторов достижения компетенций при проведении промежуточной аттестации по дисциплине «Физическая подготовка для лиц с ограниченными возможностями здоровья» проводится в форме зачета.

Порядок организации и проведения промежуточной аттестации обучающегося, форма проведения, процедура сдачи зачета, сроки и иные вопросы определены Положением о порядке организации и проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся.

Процедура оценивания сформированности индикаторов достижения компетенций при проведении зачета по дисциплине «Физическая подготовка для лиц с ограниченными возможностями здоровья» проводится путем тестирования обучающихся. По результатам тестов выставляется оценка согласно установленной шкале оценивания.

Для подготовки к зачету рекомендуется использовать лекционный и практический материал по дисциплине, литературные источники рекомендованные в рабочей программе дисциплины.

Приложение 2

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
для проведения текущего контроля успеваемости по дисциплине
Физическая подготовка для лиц с ограниченными возможностями здоровья

Направление подготовки специальности 19.03.01 Биотехнология
Направленность (профиль) программы «Пищевая биотехнология»
Квалификация бакалавр

1. Описание назначения фонда оценочных средств

Настоящий фонд оценочных средств (ФОС) входит в состав рабочей программы дисциплины «**Физическая подготовка для лиц с ограниченными возможностями здоровья**» и предназначен для оценки планируемых результатов обучения - сформированности индикаторов достижения компетенций и опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения дисциплины.

2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Универсальные компетенции

- Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (УК-7).

3. Банк оценочных средств

Для оценки сформированности индикаторов достижения компетенций и опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения дисциплины «Физическая подготовка для лиц с ограниченными возможностями здоровья» используются следующие оценочные средства:

Текущий контроль в форме написания реферата предназначен для определения уровня оценки сформированности индикаторов достижения компетенций и опыта деятельности в процессе изучения дисциплины.

Результаты текущего контроля оцениваются посредством интегральной (целостной) двухуровневой шкалы:

Шкала оценивания	***Показатели оценивания***
Не зачтено	Низкий уровень теоретических знаний, неспособность применять различные методы исследования
Зачтено	Демонстрация теоретических знаний существующей проблемы, умение использования различных методов исследования

Темы для написания реферата по дисциплине «Физическая подготовка для лиц с ограниченными возможностями здоровья»

1. Диагноз и краткая характеристика заболевания студента. Двигательный режим.
2. Роль лечебной физической культуры (ЛФК) в системе медицинской реабилитации. ЛФК при различных заболеваниях
3. Физическая культура и спорт как социальные феномены. Физическое воспитание в вузе.
4. Организационно-правовые основы физической культуры и спорта.

5. Физическая культура как учебная дисциплина высшего профессионального образования.
6. Физическая культура в жизни студента. Роль физической культуры в укреплении и сохранении здоровья.
7. Здоровье человека как ценность и факторы, его определяющие.
8. Понятие «здоровье», его содержание и критерии.
9. Здоровый образ жизни студента. Рациональный режим труда и отдыха.
10. Психофизиологическая характеристика интеллектуальной деятельности и учебного труда студента.
11. Средства физической культуры в регулировании психоэмоционального и функционального состояния студента в экзаменационный период.
12. Учебно-тренировочное занятие как основная форма обучения упражнениям.
13. Структура учебно-тренировочного занятия.
14. Общая физическая подготовка, ее цели и задачи.
15. Специальная физическая подготовка, ее цели и задачи.
16. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.
17. Организация самостоятельных занятий. Формы и содержание самостоятельных занятий.
18. Самоконтроль в процессе самостоятельных занятий.
19. Спорт, особенности занятий, самоконтроль при занятиях спортом.
20. Массовый спорт и спорт высших достижений. Их цели задачи.
21. История олимпийских игр. Современное Олимпийское движение.
22. История комплекса ГТО и БГТО.
23. Мотивация и обоснование индивидуального выбора студентом вида спорта или системы физических упражнений для регулярных занятий.
24. Характеристика особенностей воздействия избранного вида спорта (системы физических упражнений) на физическое развитие и физическую подготовленность.
25. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спорта. Самоконтроль, его цели, задачи и методы исследования (стандарты, индексы).
26. Дневник самоконтроля. Субъективные и объективные показатели самоконтроля.
27. Контроль и его виды на занятиях физической культурой и спортом. Развитие физических качеств.
28. Определение уровня физического состояния через нагрузочные тесты
29. Нетрадиционные методики развития двигательных качеств.
30. Профессионально-прикладная физическая подготовка студента.

31. Место ППФП в системе физического воспитания студентов. Основные факторы, определяющие содержание ППФП студентов.
32. ППФП студентов во вне учебного времени. Система контроля за ППФП студентов.
33. Повышение устойчивости организма к неблагоприятным воздействиям внешней среды средствами ППФП.
34. Характеристика физической нагрузки для различных групп профессий. Понятие «производственная физическая культура», ее цели и задачи.
35. Влияние условий труда и быта специалиста на выбор форм, методов и средств ПФК в рабочее и свободное время.
36. Методика составления комплексов в различных видах производственной гимнастики и определение их места в течение рабочего дня.

Методические материалы, определяющие процедуру оценивания

Процедура оценивания сформированности индикаторов достижения компетенций и опыта деятельности в процессе изучения дисциплины при проведении текущего контроля знаний проводится путем написания реферата. Оценка проводится посредством интегральной (целостной) двухуровневой шкалы.

В результате написания реферата при помощи шкалы оценивания определяется уровень освоения обучающимся учебного материала по теме (разделу) дисциплины: «Зачтено» или «Не зачтено».

Приложение 3

ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

«Физическая подготовка для лиц с ограниченными возможностями здоровья»

Наименование специальных помещений	Оснащенность специальных помещений
Малый спортивный зал	Б-339 Обручи гимнастические, мячи волейбольные, скамейки гимнастические, скакалки, сетки заградительные, коврики туристические, столы для настольного тенниса, сетка волейбольная, мячи для настольного тенниса, сетка для настольного тенниса
Учебная аудитория для текущего контроля и промежуточной аттестации	Б-339 Обручи гимнастические, мячи волейбольные, скамейки гимнастические, скакалки, сетки заградительные, коврики туристические, столы для настольного тенниса, сетка волейбольная, мячи для настольного тенниса, сетка для настольного тенниса
Большой спортивный зал	Д-307 Мячи волейбольные, мячи баскетбольные, скамейки гимнастические, скакалки, маты гимнастические, сетки заградительные, кольца баскетбольные, мячи набивные, стойки волейбольные, сетка волейбольная, обручи гимнастические
Учебная аудитория для текущего контроля и промежуточной аттестации	Д-307 Мячи волейбольные, мячи баскетбольные, скамейки гимнастические, скакалки, маты гимнастические, сетки заградительные, кольца баскетбольные, мячи набивные, стойки волейбольные, сетка волейбольная, обручи гимнастические
Помещение для самостоятельной работы	Б-202 Рабочее место администратора, компьютерная мебель, компьютер администратора, 5 персональных компьютеров, 3 принтера, видеоувеличитель. Список ПО: Windows, Microsoft Office, Kaspersky Antivirus и свободно распространяемое программное обеспечение С возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду организации

Приложение 4

Перечень
периодических изданий, рекомендуемый по дисциплине
«Физическая подготовка для лиц с ограниченными возможностями здоровья»

Наименование	Наличие доступа
Физическая культура, спорт - наука и практика [электронный ресурс]: журн. Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма	Эбс «Лань» режим доступа: https://e.lanbook.com/journal/2290#journal_name
Культура физическая и здоровье [электронный ресурс]: журн. Воронежский государственный педагогический университет	Эбс «Лань» режим доступа: https://e.lanbook.com/journal/2337#journal_name
Вестник южно-уральского государственного университета. Серия: образование, здравоохранение, физическая культура [электронный ресурс]: журн. Национальный исследовательский Южно-Уральский государственный университет	Эбс «Лань» режим доступа: https://e.lanbook.com/journal/2551#journal_name
Наука и спорт: современные тенденции [электронный ресурс]: журн. Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и туризма	Эбс «Лань» режим доступа: https://e.lanbook.com/journal/2632#journal_name